

補助事業番号 19-1-022

補助事業名 平成19年度生活習慣病の一次予防としての肥満対策のための調査研究補助事業

補助事業者名 財団法人 淳風会

1. 補助事業の概要

(1) 事業の目的

メタボリックシンドローム（以下MS）の予防には、生活習慣の改善が重要であり、運動習慣の定着は必須である。しかし、運動を継続することは容易ではない。そこで、本研究では最も身近で取り入れやすい運動ツールとして、自転車の日常利用を促し、MSの予防につなげることにする。本研究の対象は、MS罹患者およびMS予備軍の者を中心として、自転車による運動の継続が、疾病予防および健康増進に有用であることを科学的に検証することを目的とする。

(2) 実施内容

国内でも有数の自転車利用圏である岡山県（主に岡山市）において、企業で就労する男女を対象に、自転車の日常利用を推奨する運動調査を実施した。調査期間は3ヶ月間とし、調査開始時（ベースライン健診）と調査終了時（介入後健診）において同様な検査を実施した。検査内容は、身体計測（身長、体重、腹囲、BMI、血圧）、血液検査（肝機能、脂質、血糖など）、酸化ストレス検査（血液、尿）、生活習慣に関する質問用紙を用いた調査を実施した。酸化ストレスマーカーは、体内の酸化ストレス状態を総合的に評価するため複数のマーカーを測定した。さらにメタボシンドロームの機序に関連するタンパクを検査するため、酸化ストレスマーカーの結果により選出した特定のサンプルにおいて、プロテオーム解析を実施した。運動調査の対象者は、健診受診者の中から募集し、各企業にパンフレットを配布し事前説明会などを実施した。運動調査対象者には、運動記録帳ならびに自転車走行距離測定器を配布し、調査期間中の自転車走行距離および走行時間を対象者自身が記録した。

2. 予想される事業実施効果

メタボリックシンドロームの予防という観点では3ヶ月という比較的短い期間において、複数の項目で改善が認められ、さらにアンチエイジングの観点でも酸化ストレスマーカーの改善がみられたことは、自転車による運動の効果である可能性が示唆された。

3. 本事業により作成した印刷物等

調査票 1・2

運動記録帳

パンフレット

結果票

4. 事業内容についての問い合わせ

団体名 : 財団法人 淳風会 (ジュンプウカイ)
住 所 : 700-0072
岡山県岡山市万成東町3番1号
代表者名 : 理事長 原 一穂 (ハラ カズホ)
担当部署 : 健康管理センター 事務部 事務課 総務セクション
(ケンコウカンリセンター)
担当者名 : 総務セクション係長 柴田 和郎 (シバタ カズオ)
電話番号 : 086-226-2666
F A X : 086-226-0370
E-mail : center@junpukai.or.jp
U R L : <http://www.junpukai.or.jp>